

### **Alterswarzen – Seborrhoische Keratosen**

Alterswarzen, ein umgangssprachlicher Begriff für den medizinischen Terminus Seborrhoische Keratose oder Verruca seborrhoica, sind Veränderungen der Haut in Form von warzenartigen Hautwucherungen.

Alterswarzen treten bei fast allen Menschen auf, bei Männern wie auch bei Frauen, die bereits das 40. Lebensjahr überschritten haben. Dieser Tatsache verdankt die seborrhoische Keratose auch ihren umgangssprachlichen Namen.

Alterswarzen können von einigen Millimetern bis wenige Zentimeter groß werden und weisen Farben von hell graubraun bis hin zu tiefem Schwarz auf, oft ist die Oberfläche rau. Allgemein ist eine konkrete Definition des Aussehens aber kaum möglich, da Alterswarzen auch bei ihrer Oberfläche und Form die verschiedensten Variationen aufweisen.

Die am häufigsten befallenen Stellen des Körpers sind Rücken, seltener der restliche Rumpf oder das Gesicht. Prinzipiell ist das Auftreten aber überall möglich. Dabei können die Alterswarzen vereinzelt oder auch in hoher Anzahl auftreten.

Trotz ihrer Bezeichnung haben Alterswarzen nichts mit Viruswarzen, wie sie v.a. bei Kindern oft an Händen und Füßen auftreten, zu tun. Diese entstehen durch eine Virusinfektion der Haut und sind daher ansteckend, Alterswarzen sind NICHT ansteckend.

Alterswarzen sind sehr häufige und komplett harmlose Neubildungen der Haut, die nicht entarten. In der Regel verursachen sie keine Beschwerden, einige Patienten beklagen, dass die Warzen jucken. Sitzen sie ungünstig unter dem Hosenbund oä, dann können sie aufgerieben werden und dann auch bluten. Gefährlich kann die Verwechslung mit einem bösartigen schwarzen Hautkrebs (Melanom) sein – auch dieser ist meist dunkel-braun bis schwarz. Eine einfache Faustregel ist, dass wenn 3 oder mehr gleichartige Gewächse auftreten, kaum so viele Melanome gleichzeitig gewachsen sind. Sobald viele ähnliche braune Warzen da sind, handelt es sich zumeist um Alterswarzen. Sicherheit bringt die klinische Untersuchung durch einen Hautarzt, im Zweifelsfall wird dieser ein Dermatoskop (Auflichtmikroskop) einsetzen. Damit kann man in fast allen Fällen eine Alterswarze von einem Melanom sicher unterscheiden. Nur wenn diese Untersuchung keine sichere Diagnose erlaubt, ist die Entnahme einer Gewebeprobe nötig.

Oft wird die Entfernung von Alterswarzen gewünscht. Prinzipiell ist dies keine Leistung der gesetzlichen Krankenkasse, da keinerlei medizinische Notwendigkeit zur Entfernung besteht und es sich daher um einen rein kosmetischen Eingriff handelt. Möglich ist die Exzision (Herausschneiden mit Vernähen der Haut), die elektrokaustische Entfernung (flaches Abtragen im Hautniveau mit der elektrischen Schlinge), die Kürettage (flaches Abtragen im Hautniveau mit dem Ringskalpell), die Abtragung mittels CO<sub>2</sub>-Laser sowie die Kryotherapie (Vereisung mit Flüssigstickstoff). Bei allen Verfahren können Narben entstehen (bei Exzision, Kürettage und Kaustik immer). Ich persönlich bevorzuge bei weitem die Kryotherapie, da sie mit ein bisschen Übung am wenigsten Risiko für Vernarbung bietet. Oft lässt sich die Warze komplett narbenlos entfernen, selten bleiben weißliche Flecken. Außerdem geht das Verfahren deutlich schneller als die übrigen Methoden und ist weit kostengünstiger (v.a. Lasertherapie ist recht kostenintensiv). Durch das Einfrieren des Warzengewebes für 20-60 Sek (je nach Dicke der Warze) stirbt das Gewebe ab. Dies ist leicht schmerzhaft. Für 2-3 Tage ist die Warze und die Umgebung leicht entzündlich gerötet, dann wird die Warze schwarz und fällt nach 1-2 Wochen ab.

**TIPP:** Sie können das selbst mit einem Warzen-Vereiser aus der Apo (Endwarts freeze, Wartner Vereisungsmethode gegen Warzen) durchführen. Diese sind zwar eigentlich für Viruswarzen gedacht, funktionieren aber auch für Alterswarzen. Evtl sind mehrere Sitzungen nötig. Nach Anleitung anwenden, 2-3 Wochen abwarten wie viel sich von dem Gewächs ablöst, dann ggf wiederholen.